

Hombre

INFOPOST

AUSGABE 2022

Informationen
für Mitglieder
von HOMBRE



INHALT DER AUSGABE

- 2 Einleitung
- 3 Messe Leben und Tod
- 4 Spargelesen / Besuch im Krematorium
- 5 Standbesetzung am Aktionstag / Blüten- und Herbstfest in Geestemünde
- 6 Kinderlebenslauf
- 7 Lichte Gedanken / Buchtipp / Tag der „offenen Tür“ bei Hombre
- 8 Zusammenführung der Hospizler/innen / Nachrichten von den Hospizler/innen
- 9 Nachrichten aus dem Verein / Veranstaltungshinweise
- 10 Schlusswort, Impressum



Wer Freude teilt hat mehr davon

Liebe Leserinnen und liebe Leser! Da wir in diesen schwierigen Zeiten zusammenrücken müssen, fallen mir die positiven Gedanken von Verena Kast ein.

Sie schreibt:

Ein Kind gönnt mir ein strahlendes Lächeln – das mich tief in der Seele erwärmt. Wie gut ist das Leben, wie bereichernd sind menschliche Beziehungen, wie reich sind wir, wenn Menschen gönnen können! Wir teilen frei-gebig, was wir haben, mit anderen Menschen, wir gönnen ihnen aber auch, wenn sie in der Gunst des Schicksals stehen.

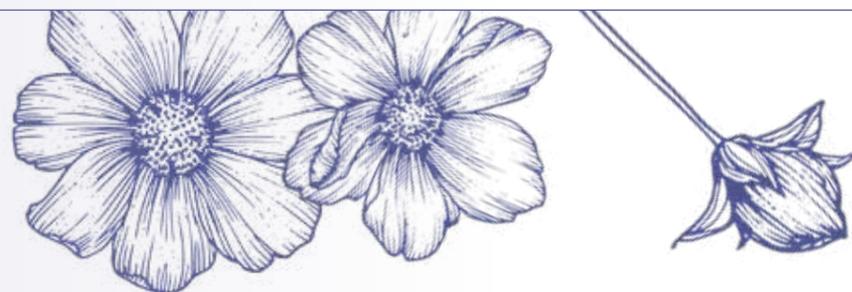
Wer gönnend ist, ist freigebig – ein gebender, ein frei gebender Mensch. Gönnend zu sein heißt nicht nur, dem anderen Menschen nicht zu missgönnen, was er oder sie hat und was uns attraktiv erscheint. Gönnend zu sein heißt auch, dem anderen Menschen von uns zu geben. Der gönnende Mensch geizt nicht mit dem eigenen Geben: Er gönnt uns eine Idee, einen Einfall, eine Geschichte. Er schenkt, sie gibt – und zwar frei-gebig, nicht aus Berechnung, sondern aus der Freude darüber, dass man Zugang hat zum Reichtum

des Lebens und der Beziehungen; und gelingt es uns, diesen auch dem anderen oder der anderen zu verschaffen, dann wird dieser Reichtum mehr. Teilt man Freude wirklich, dann wird sie mehr!

Gönnende Menschen geben uns ihr freudiges Interesse, ihre Anerkennung, den Ausdruck ihrer Zufriedenheit darüber, dass das Leben es gerade jetzt gut mit uns meint. Im Erleben der Gunst eines anderen Menschen fühlen wir uns in hohem Maße miteinander verbunden – und sind dankbar dafür. Der wirklich gönnende Mensch ist nicht gönnend etwa aus Berechnung, sondern aus einem Seelenreichtum. Er schenkt uns etwas, nicht weil er uns etwas schuldig ist, sondern weil es ihn oder sie freut, wohlwollend zu sein. Und dieses Geschenk, auch wenn es „nur“ ein strahlendes Lächeln ist, ist eine Kostbarkeit, für die wir dankbar sein können.

Wir wünschen euch ein gönnendes Herz für euer Ehrenamt und in eurem Leben. Seid bereit euch auf diese Glücksmomente einzulassen, sie anzunehmen und auch weiterzugeben.

Dr. Ute Greeff



MESSE LEBEN UND TOD

MAI 2022

„Gibt es im Himmel Eiscreme? Mit Kindern über den Tod sprechen“

Unter diesem Motto stand die diesjährige Messe „Leben und Tod“ in Bremen, zu der Finja und Mirja von der Kinder- und Jugendtrauerbegleitung, sowie einige ehrenamtliche Hospizlerinnen aus der Sterbebegleitung sich aufgemacht haben. Der Eröffnungsvortrag wurde von Frau Prof. Margot Käßmann gehalten „Es tut weh. Aber lasst uns Worte dafür finden“. Offen für die Fragen der Kinder sein und es gibt nie die eine Antwort. Im Rahmen des Kongressteils zur Messe, der in diesem Jahr die Kinder und Jugendlichen zum Schwerpunkt hatte, wurde nicht nur darüber philosophiert, ob es im Himmel Eiscreme gibt. In den zahlreichen Fachvorträgen ging es darüber hinaus auch um hospizliche und palliative Themen, genauso wie um das Thema der Trauerbegleitung. Ganz angefüllt mit Ideen und im Herzen und natürlich auch mit einer prall gefüllten Einkaufstasche sind wir wieder nach Hause gefahren.

Wir bei Hombro sind der Meinung, Kinder und Jugendliche haben das Recht auf einen ehrlichen und offenen Umgang mit den Themen

Sterben, Tod und Trauer. Oft wird dies jedoch vermieden, um Kinder zu schützen und ihnen keine Angst zu machen. Aber warum? Andere Themen werden doch ebenfalls ALTERS- und ENTWICKLUNGSGERECHT besprochen. Angst bekommen Kinder und Jugendliche erst, wenn Themen vermieden werden und sie ihren eigenen Phantasien freien Lauf lassen. Wir bringen unseren Kindern so viel fürs Leben bei. Warum nicht auch etwas zu Sterben, Tod und Trauer? Gerade hierbei sollten wir nicht auf Fragen warten. Wie sollen Kinder Fragen stellen zu Dingen, die sie noch nicht kennen? Der Tod und alles, was mit ihm zusammenhängt, ist ein Thema, bei dem wir „Vorarbeiten“ leisten können, emotionale Muskulatur aufbauen können, Wissen bereitstellen können. Früher oder später wird jeder von uns mit Sterben und Tod im nahen Umfeld konfrontiert werden. Auch Kinder und Jugendliche.

„Gibt es im Himmel Eiscreme?“

Das werden wir auch unsere Kinder und Jugendlichen in den Gruppen fragen.

Mirja Vogelsänger





SPARGELESSEN

In diesem Jahr haben wir statt Sommerfest ein Spargelessen im Juni für unsere engagierten Ehrenamtlichen organisiert. Wir freuten uns, dass wir nach der langen Zeit wieder einmal gemeinsam und nicht auf Abstand miteinander feiern konnten. Es war ein wundervoller und lustiger Abend. Auf diesem Wege sagen wir nochmals allen Ehrenamtlichen **DANKE** für ihr Engagement!



BESUCH IM KREMATORIUM

AM SAMSTAG, 13.08.2022

Im August dieses Jahres haben wir für alle Ehrenamtlichen einen Besuch ins Krematorium in Cuxhaven organisiert.

Der Bus brachte uns direkt dorthin. Wir wurden von einem netten jungen Mann, Herrn Stachowitz, empfangen, der uns ca. 3 Stunden lang umfangreich informiert und geduldig unsere vielen Fragen beantwortete. Zu Beginn sahen wir den Kühlraum, den größten in Cuxhaven, in den mehr als 30 Särge hineinpassen. Dort war es an dem heißen Tag angenehm kühl. Das änderte sich in dem Raum mit dem riesigen Verbrennungsofen, in dem die Angehörigen Abschied nehmen können, bevor der Sarg ins offene Feuer gefahren wird. Noch mehr kamen wir ins Schwitzen, als wir den hinter dem Ofen gelegenen Maschinenraum betraten.

Nach den vielen Informationen und Eindrücken gab es einen kleinen Imbiss zur Stärkung. Erfüllt ging es mit einem kurzen Spaziergang durch den Friedhof zurück zum Bus und zurück nach Bremerhaven.

Für die Ideengebung und Organisation sei Anja Schlange herzlichst gedankt.

Dr. Ute Greeff



STANDBESETZUNG AM AKTIONSTAG

„IM BESTEN ALTER: INFORMATIONEN RUND UM DEN ALLTAG“

IM HANSE CARRÉ BREMERHAVEN

Am 6. September 2022 waren wir von Hombre am Aktionstag mit vertreten. Nicht nur die Besucher hatten Fragen zu unserem Verein auch viele Standbesetzer kamen auf uns zu, um Näheres über Hombre zu erfahren. Die vielen Facetten der einzelnen Stände waren sehr interessant. Es wurden viele wertvolle Tipps für den Alltag an die Besucher weitergegeben; Einsparung von Strom, Gas usw. Das Finanzamt war auch vertreten und füllte die Anträge für die Grundsteuer aus.



BLÜTENFEST UND HERBSTFEST IN GEESTEMÜNDE

Wir konnten, dank der Mithilfe unserer Ehrenamtlichen, wieder auf dem Geestemünder Blütenfest und Herbstfest unseren Verein präsentieren. Es wurden viele gute Gespräche am Stand geführt. Es ist immer wieder zu merken, dass die Mitbürger in Bremerhaven sehr wenig über die Tätigkeit unseres Hospizvereines wissen. Wir hoffen, dass wir viele Vorbehalte und Ängste durch die Gespräche nehmen konnten. Es war sehr schön, dass von vielen der neuen Ehrenamtlichen beim Herbstfest den Stand mit besetzten und ihre Erfahrungen und ihr Wissen weitergeben konnten.



KINDER-LEBENS-LAUF

Der Kinder-Lebens-Lauf startete am 7.4. unter der Schirmherrschaft von Elke Bündenbender. Es wird eine lange Wegstrecke bis zur Rückkehr am 5. Oktober zum Ausgangspunkt Berlin. Die rund 7000 Kilometer lange Pilgerreise, immer gekoppelt mit dem Besuch der über 120 Stationen stationärer und ambulanter Kinder- und Jugendhospizarbeit, findet nun bereits zum zweiten Mal statt. Bereits im Jahr 2018 konnte der BVKH mit dieser Initiative den gesellschaftlichen Dialog zur Kinderhospizarbeit in ganz Deutschland erfolgreich intensivieren. Immer ganz vorne dabei bei den Läufern, den Rad- und Motorradfahrern, im Rollstuhl oder im Sportflugzeug, ist die in Form eines Engels gestaltete Fackelleuchte: Das Symbol der Hoffnung und der Solidarität mit betroffenen Kindern, Jugendlichen und deren Familien. HOMBRE war in diesem Jahr wieder dabei.

Mit einem großen Bus und Caddy, einer Bande junger Männer des Kinder- und Jugendhospizes Engelreich aus Wilhelmshaven, ging es am 07.09.2022 zum Hospizmodell Bremerhaven e.V. HOMBRE. Die jungen Männer mit Fackelkind Manuel an der Spitze wurden mit tosendem Applaus empfangen. Manuel blieb aber ganz entspannt, als er mit seiner bayrischen Musik im Hintergrund, die Fackel an HOMBRE weitergab.



Abfahrt bei strömenden Regen in Bremerhaven und Ankunft in Cuxhaven

Die 22. Woche des Kinder-Lebens-Laufs begann Donnerstag – 08.09.2022 - schon früh am Morgen: Frau Scharps (Assistentin Vorstand) und Herr Ohlmann (stellver. Vorsitzender) von HOMBRE am Parktor Speckenbüttel standen parat, um mit Ihren Rädern auf Tour zu gehen. Zwischenstopp war bei Frau Sabine Lettmann, die sich dann auch mit dem Rad auf den Weg nach Cuxhaven machte. Sie kamen alle durchnässt in Cuxhaven, aber mit sehr guter Laune an.

Bei strömendem Regen startet fast parallel und unerschütterlich die Motorradgruppe mit Herrn Brüggemann und der Fackel nach Cuxhaven, wo Mika sie in Empfang nahm.

Ein ganz besonderer Tag für Herrn Claus Brüggemann und Frau Anja Schlange war die Fackelübergabe in Cuxhaven. Herr Claus Brüggemann ist zum ersten Mal auf einem Motorrad mitgefahren. Nach der Übergabe ging es dann schnell zu Waffeln und Heißgetränken ins heimelige Innere. Ein nächstes Treffen ist schon so gut wie verabredet in Cuxhaven zum Grillen!

Jutta Scharps



LICHTE GEDANKEN – MÄRCHEN ZUR VERGÄNGLICHKEIT

Am 05.10.2022 hatte der Vorstand zu einer Veranstaltung „Lichte Gedanken – Märchen zur Vergänglichkeit erzählt und begleitet mit Harfenmusik“ eingeladen. Der Erzähler Jörn-Uwe Wulf hat uns ungewöhnliche, heitere und nachdenksame Märchen

mit Harfenmusik nahegebracht, die sich mit Abschied, Tod, Glück und Stille befasst haben. Wer die Märchen noch einmal nachlesen möchte, kann sich das Buch bei uns ausleihen. Sehr empfehlenswert!

BUCHTIPP

Das Leben ist ein vorübergehender Zustand

Gabriele von Arnim

„Ein erschütterndes Buch, aber es ist eine heilsame, eine befreiende Erschütterung, eine hilfreiche, mit der man deutlich weiterkommt als mit aller wohlthuenden Erträglichkeit. [...] im Kern eine Liebesgeschichte - und ein großes Zeugnis.“
– Sten Nadolny

Ein Schlaganfall, zehn Tage später der zweite, haben ihren Mann aus allem herauskatalpultiert, was er bis dahingelebt hatte. Und aus ihr wird die Frau des Kranken. Wie liebt

und hütet man einen Mann, der an dem Tag zusammenbricht, an dem man ihm gesagt hat, man könne nicht mehr leben mit ihm? Wie schafft man die Balance, in der Krankheit zu sein und im Leben zu bleiben? Gabriele von Arnim beschreibt in diesem literarischen Text, wie schmal der Grat ist zwischen Fürsorge und Übergriffigkeit, Zuwendung und Herrschsucht. Wie leicht Rettungsversuche in demütigender Herabwürdigung enden. Und Aufopferung erbarmungslos wird.



Jetzt geht es los zum Loseverkauf



Andrang beim Wunschewagen



Das Schminken der Kinder macht Spaß!

TAG DER „OFFENEN TÜR“ BEI HOMBRE AM WELTHOSPIZTAG 08.10.2022

Nach der Renovierung des Kindertrauerräumes und die der Nebenräume, wollten wir den Bürgern gerne die Möglichkeit geben, diese zu besichtigen. Am Donnerstag, wurde der Tisch für die Tombola vorbereitet und wir konnten dann am Samstagmorgen den Loseverkauf um 10.00 Uhr starten. 100 Lose waren in kürzester Zeit verkauft und wir konnten mit den Gewinnen die Menschen erfreuen. Als besondere Aktion hatten wir den ASB gebeten, den Tag mit dem Wunschewagen zu unterstützen. Er war mit dem Besuch der Kindertrauergruppe ein

großer Anziehungspunkt an diesem Tag. In der Kindertrauergruppe hatten die Kinder viel Spaß an den verschiedenen Aktionen. Besonders der Schminktisch und die Tattoo Ecke erfreuten sich großer Beliebtheit. Die Gefühlsquadrate wurden auch von den großen und kleinen Besucher/innen mit Begeisterung gebastelt und mit nach Hause genommen. Die Waffelbäckerei musste sich mit den Stilwaffeln sputen, um den Ansturm zu bewältigen. Alle Helfer/innen gingen zufrieden nach diesem tollen Verlauf des Tages nach Hause.

ZUSAMMENFÜHRUNG DER NEUEN HOSPIZLER/INNEN MIT DEN „ALTEN HASEN“ IN WREMEN

Am Freitag, den 16. September trafen wir bei Wind und kräftigem Regen im Marschenhaus in Wremen ein. Die 10 Teilnehmer/innen des gerade abgeschlossenen Befähigungskurses lernten die „alten Hasen“ kennen. Ute Greeff begrüßte uns im Namen des Vorstandes, Sabine Lettmann, Ingrid Hametner und Jutta Scharps erläuterten kurz den Ablauf der Veranstaltung. Danach folgte eine Vorstellungsrunde.

Nach dem reichhaltigen Abendessen stellte sich Frau Inge-Marlen Ropers vor, die ab Februar die Supervision übernehmen wird. Es wurden Themen gesammelt, die wir mit unserem Ehrenamt bei HOMBRE verbinden. Mit praktischen Übungen erhielten wir einen Einblick in ihre Arbeit. Das fand guten Anklang bei den Teilnehmern/innen. Der Abend wurde dann bei einem Glas Wein oder Bier in der Bar beendet. Es war ein sehr schönes und heiteres Ende des ersten Tages.

Am Samstag ließ Ingrid Hametner uns erarbeiten, was die Tätigkeit bei HOMBRE für

uns bedeutet. Die Punkte: 1. Warum bin ich Hospizbegleiter/in geworden 2. Was hat mir geholfen, als es in meinem Leben schwierig war 3. Fortbildungsangebote und Veränderungswünsche wurden zusammengetragen und diskutiert.

Nach dem Mittagessen haben wir die 7 Stufen der Sterbephase besprochen. Danach bildeten wir Arbeitsgruppen zu dem Thema, deren Ergebnisse wir im Plenum vorgetragen haben. Ingrid Hametner äußerte ihre Freude und Achtung über unseren Einsatz in der Sterbebegleitung und freute sich, wie engagiert alle Hospizler sich auf den Tag eingelassen haben und besonders über den guten Abschluss der anstrengenden Zeit für die neuen Ehrenamtlichen.

Bei Kaffee und Kuchen konnten wir uns am Ende noch ausgiebig miteinander austauschen und die interessanten Stunden ausklingen lassen.

Freyja Schwabe

Nachrichten von den Hospizler/innen

Hombre Hospizmodell begrüßt 10 Neue Ehrenamtliche nach Abschluss des Befähigungskurses 2022

Wir freuen uns, dass wir wieder 10 neue Hospizler/innen in unserem Team begrüßen zu dürfen. Endlich konnte der Befähigungskurs im März wieder starten. Durch Corona mussten wir den Befähigungskurs ein Jahr aussetzen. Die Teilnehmer/innen waren sehr motiviert und freuten sich, dass es wieder weiterging.

Einige Teilnehmer/innen waren schon 2020 bei den ersten Schnupperstunden dabei. Es war eine Freude zu sehen, dass alle an dem straffen Stundenplan teilnahmen und die vielen Wochenenden in unseren Räumen von Hombre bei den vielfältigen Fortbildungsangeboten verbrachten. Danke für euer Engagement!



Von links: Bärbel Chies, Julia Wolf, Irina Hast-Ehlers, Andrea Decker, hintere Reihe: Thayalleni Nadarajah, Karin Sieb, Anita Brand-Both, Andrea Frank, Sylke Jahn, Martin Langos-Luca (Sabine Lettmann, Koordinatorin und Ingrid Hametner, Leiterin des Kurses, sind nicht auf dem Bild)

Die neue Supervisorin – 2. von links – stellte sich vor



Die Gruppenarbeit wurde pantomimisch dargestellt



Die Mitte war sehr schön anzusehen

NACHRICHTEN AUS DEM VEREIN

Der Förderpreis der Bürgerstiftung Bremerhaven wird in diesem Jahr an unsere Ehrenamtliche Karin Bodenhagen verliehen. Sie wird aus dem Vorstand von Renate Fechner an diesem Tag begleitet. Wir freuen uns sehr darüber und sagen ein herzliches Dankeschön an Karin Bodenhagen, dass sie so viel Zeit und Mühen auf sich genommen hat, um unseren Verein zu unterstützen. Die Laudatio hält unser ehemaliges Vorstandsmitglied Herr Dr. Hartmut Hundhausen. Als Koordinatorin in Teilzeit freuen wir uns, dass Sabine Schlesselmann wieder zu unserem Team gehört und mit Sabine Lettmann unseren Verein unterstützt.



Sabine Lettmann



Sabine Schlesselmann



Als Erwachsenentrauergruppenleiterin ist Tanja Albert neu bei Hombre



Als Kindertrauergruppenleiterin ist seit Januar Mirja Vogelsänger bei Hombre

ABSCHIED UND DANKESCHÖN

Wir gratulieren zum **10jährigen Jubiläum bei Hombre als Ehrenamtliche/r Werner Belch, Lutz Eckhoff, und Petra Kleibs** und zum **15jährigen Jubiläum bei Hombre Renate Fechner und Christel Wredenhagen**. Wir können immer wieder nur DANKE sagen für diesen herausragenden Einsatz. Wir freuen uns, dass Sie so engagiert und mit so viel Freude uns unterstützten und als Zeitschenker den Betroffenen und den Angehörigen zur Seite stehen.

Es verabschiedet sich von der aktiven ehrenamtlichen Arbeit Endes des Jahres nach 15 Jahren Christel Wredenhagen. Vielen Dank für deinen Einsatz bei Hombre und wir wünschen dir alles Gute für die Zukunft.

Im November dieses Jahres beginnt wieder ein Befähigungskurs zur/zum Sterbebegleiter/in und wir freuen uns, dass in diesem Jahr schon viele Anmeldungen vorliegen.

VERANSTALTUNGSHINWEISE

Trauergruppen

Erwachsenentrauergruppe 2022

Die Trauergruppe findet unter Leitung von Renate Fechner und Tanja Albert regelmäßig statt. **Anmeldung bitte über das Büro**

Termine Supervision 2023 | 18.00 Uhr

Gruppe 1 | immer Mittwochs

01.02., 12.04., 31.05., 09.08., 04.10., 29.11.

Gruppentreffen | immer Mittwochs um 18:30 Uhr

18.01., 15.03., 17.05., 19.07., 20.09., 22.11.

Kindertrauergruppe 2022

Die Kindertrauergruppe findet unter Leitung von Mirja Vogelsänger statt. **Anmeldung bitte über das Büro**

Gruppe 2 | immer Donnerstags

02.02., 13.04., 01.06., 10.08., 05.10., 30.11.



Wir ziehen enge Kreise
mit ziemlich kurzem Schritte.
Das Kreisen nennt man Leben.
Doch wie nennt sich die Mitte?

Es stehn um diese Kreise
fortlaufend enge Wände.
Die Wände nennt man Schicksal.
Doch wo ist deren Ende?

Es hat der Kreis keine Ende.
Wie anders unser Kreisen.
Da geht ein Riss durchs Leben.
Doch was will der beweisen.

Robert Gernhardt

Wir, das Info-Team und der Vorstand von HOMBRE,
wünschen allen Mitgliedern und unseren Spendern
ein frohes, gesundes neues Jahr 2023.

Der Vorstand bedankt sich bei allen Ehrenamtlichen für den
engagierten, emphatischen und wichtigen Einsatz.

*Der Vorstand, die Koordinatorinnen
und das Info-Team*

KONTAKT

Hombre

Hospizmodell Bremerhaven e.V.
Bülkenstraße 31
27570 Bremerhaven

Bürozeiten

Di-Do 9:00-12:00 Uhr
Tel 0471 806295-5
Fax 0471 806295-7
E-Mail info@hospiz-bremerhaven.de

Spendenkonto 110 60 15

Bankleitzahl 292 500 00
IBAN DE23292500000001106015
Weser-Elbe-Sparkasse

hospiz-bremerhaven.de

IMPRESSUM

Redaktionsteam

Renate Fechner, Dr. Ute Greeff, Jutta Scharps

Redaktionelle Inhalte

Irrtum und Änderungen vorbehalten

Satz & Gestaltung

KELLING Agentur für Marketing und
Kommunikation GmbH & Co. KG

Druck

Firma Frank Barnkow

Bilder

www.stock-adobe.com:
K.-U. Häßler, b.illustrations, ONYXprj, salarko,
ekim, by-studio